

時間	月曜日					火曜日					水曜日				
	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self [有料]	Aqua	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self [有料]	Aqua	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self [有料]	Aqua
	営業開始 8:30					営業開始 8:30					営業開始 8:30				
9:00	定員制40名	[シニアスクール]				定員制35名	[シニアスクール]				定員制40名	定員制42名			
9:30	トライフョナルヨーガ 9:30-10:15 AUM(アウム)	REBORNS FIT ~リボンスフィット~ 9:15-10:15 寺崎 瞬 【有料スクール】				ボディデザイン ピラティス 9:00-9:30 黒月 彩希	REBORNS FIT ~リボンスフィット~ 9:00-10:00 谷内 成美 【有料スクール】				やすらぎヨーガ 9:05-9:35 AUM(アウム)	(映像) Group Blast 9:05-9:35			
10:00	定員制40名	定員制42名				定員制35名	定員制42名				定員制40名	[シニアスクール]			水-1 定員16名
10:30	パワ-ヨーガ 10:30-11:15 AUM(アウム)	リトモス 10:30-11:15 若田 香織				エンジョイステップ 9:50-10:30 SONOKO	ボディメイクエアロ 10:15-11:00 坂口 典子				水中運動スクール 9:20-10:00	バルトンソールシンセシス 9:50-10:35 村田 美和	REBORNS FIT ~リボンスフィット~ 10:00-11:00 谷内 成美 【有料スクール】		ゆづの歩行 9:30-9:50
11:00	[ヨーガスクール]	定員制42名				バーニングエアロ 10:50-11:35 SONOKO	定員制40名				定員制40名	定員制42名			ホットヨーガ ベーシック 10:00-10:45 AUM(アウム)
11:30	11:25-12:15 AUM(アウム) 【有料スクール】	フラダンス 11:30-12:00 大室 英子				定員制40名	定員制42名				定員制40名	(映像) Group Centery 11:15-12:00			T-Crush 10:00-10:30
12:00	定員制35名	[フラダンススクール]				定員制40名	定員制22名				定員制40名	定員制42名			Aqua ZUMBA 10:35-11:05 工藤 哲也
12:30	Group Power 12:30-13:15 寺崎 瞬	12:15-13:00 大室 英子 【有料スクール】				定員制40名	[Vレエスクール]				定員制40名	定員制42名			水-2 定員16名
13:00	定員制40名	(映像) Group Groove 13:15-13:45				定員制35名	12:45-13:45 KAKO 【有料スクール】				定員制40名	定員制35名			ホットヨーガ ベーシック 10:00-10:45 AUM(アウム)
13:30	ウォ-ガリズム 13:30-14:15 福岡 純子					定員制40名					定員制40名	定員制42名			ホットスタイル ピラティス 11:45-12:15 RAN
14:00	定員制35名					定員制40名					定員制40名	(映像) Group Groove 12:15-12:45			マスターズクラス (有料登録制) 12:00-13:00 北藤 海保
14:30	Group Blast 14:30-15:15 田中 龍時					定員制40名					定員制40名	定員制35名			スイムスクール (有料スクール) 13:00-14:00 初級: 海保 中級: 杉山 上級: 新井
15:00						定員制40名					定員制40名	定員制42名			定員制16名
15:30						定員制40名					定員制40名	定員制42名			ホットストレッチ 14:00-14:30 谷内 成美
16:00						定員制40名					定員制40名	定員制42名			特別プログラム (有料登録制) 14:00-15:00
16:30						定員制40名					定員制40名	定員制42名			フィットネス会員のみ参加可能 ※バスタオル必須
17:00						定員制40名					定員制40名	定員制42名			フィンスイム 14:10-14:30
17:30						定員制40名					定員制40名	定員制42名			キッズ 15:30-16:30
18:00						定員制40名					定員制40名	定員制42名			水-3 定員16名
18:30						定員制40名					定員制40名	定員制42名			キッズ 15:30-16:30
19:00						定員制40名					定員制40名	定員制42名			キッズ 15:30-16:30
19:30						定員制40名					定員制40名	定員制42名			キッズ 15:30-16:30
20:00						定員制40名					定員制40名	定員制42名			キッズ 15:30-16:30
20:30						定員制40名					定員制40名	定員制42名			キッズ 15:30-16:30
21:00						定員制40名					定員制40名	定員制42名			キッズ 15:30-16:30
21:30						定員制40名					定員制40名	定員制42名			キッズ 15:30-16:30
22:00						定員制40名					定員制40名	定員制42名			キッズ 15:30-16:30
22:30						定員制40名					定員制40名	定員制42名			キッズ 15:30-16:30
23:00						定員制40名					定員制40名	定員制42名			キッズ 15:30-16:30

1・3・5週目
健康サークル
2・4週目
ウォーキングサークル

1・3・5週目
ウォーキングサークル
2・4週目
ランニングサークル

● =担当者変更、内容変更、時間変更があるクラス

	木曜日					土曜日					日曜日					
	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self【有料】	Aqua	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self【有料】	Aqua	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self【有料】	Aqua	
9:00	予約不要 ラジオ体操 9:00-9:10 定員制35名		営業開始 8:30			【有料スクール】 ミライク ジュニア A (子供) 8:30-9:30	【有料スクール】 ミライク ジュニア B (子供) 8:45-9:45		営業開始 9:30			【有料スクール】 ミライク ベビィ 8:30-9:15 キッズ(子供) 9:30-10:30	【有料スクール】 ミライク キッズ(子供) 8:15-9:15 ジュニア(子供) 9:30-10:30	営業時間 10:00		ジュニア3 8:50-10:00
9:30	9:30-10:15 Group Power 田中 龍時	健康操 9:40-10:25 中谷 一江			REBORN'S SWIM ～水～ズスイム ～(有料スクール)～ 9:30-10:30 確保	幼児園 レッスン				ジュニア2 8:50-10:00						
10:00	定員制40名	定員制42名	【シニアスクール】	木-1 定員16名		子どもイベント枠 ミライク 9:35～10:35	【有料スクール】 ミライク キッズ (子供) 9:50-10:50			ベビィスクール 10:00-11:00						
10:30	定員制40名	定員制42名	REBORN'S ATHLETE ～リボ～ズアスリート～ 10:15-11:15 谷内 成美 【有料スクール】	ホットヨガ バーシック 10:15-11:00 御手洗 香代			【有料スクール】 コパデザイン 10:55-11:25 浅見 公貴			ホットヨガ アドバンス 10:45-11:30 房枝			定員制40名	【有料スクール】 ミライク キッズ(子供) 10:30-11:30		
11:00	定員制40名	定員制42名					【有料スクール】 kidsHiphopダンス 11:00-12:00 KAORU			グループ 10:45-11:30 房枝			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
11:30	定員制40名	定員制22名					【有料スクール】 エンジョイエアロ 11:40-12:10 浅見 公貴			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
12:00	トラディショナルヨーガ 11:30-12:15 ayumi	定員制22名					エンジョイエアロ 12:30-13:00 TOMOKO			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
12:30		【バレースクール】					アクアフェイブ 12:00-12:30 中谷 一江			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
13:00		12:30-13:45 浅見 千佳 【有料スクール】					クロール・背泳ぎ(入門) 11:35-11:55			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
13:30	定員制40名		【無料サークル】	木-2 定員16名			アクアフェイブ 12:00-12:30 中谷 一江			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
13:30	DsD 13:30-14:00 高木 愛澄		サークル 13:00-13:30	ホットヨガバーシック 13:15-14:00 荻沼 明美			グループ 12:30-13:00 TOMOKO			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
14:00	定員制40名		1・3・5週目 健康サークル 2・4週目 ウォーキングサークル				スィムスクール (有料スクール) 13:00-14:00 初級：中澤 中級：落合 上級：河合			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
14:30	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄						ZUMBA 13:15-14:00 TOMOKO			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
15:00							特別プログラム (有料登録制) 14:00-15:00			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
15:30							グループ 15:15-16:00 中村 えみり			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
16:00							ボテデザイン ピラティス 14:05-14:45 西村 知里			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
16:30							グループ 15:00-15:30 Y U K A R I			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
17:00							ボテデザイン ピラティス 14:05-14:45 西村 知里			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
17:30							グループ 15:15-16:00 中村 えみり			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
18:00							ボテデザイン ピラティス 14:05-14:45 西村 知里			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
18:30							グループ 15:00-15:30 Y U K A R I			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
19:00							ボテデザイン ピラティス 14:05-14:45 西村 知里			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
19:30							グループ 15:15-16:00 中村 えみり			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
20:00							ボテデザイン ピラティス 14:05-14:45 西村 知里			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
20:30							グループ 15:00-15:30 Y U K A R I			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
21:00							ボテデザイン ピラティス 14:05-14:45 西村 知里			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
21:30							グループ 15:15-16:00 中村 えみり			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
22:00							ボテデザイン ピラティス 14:05-14:45 西村 知里			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
22:30							グループ 15:00-15:30 Y U K A R I			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		
23:00							ボテデザイン ピラティス 14:05-14:45 西村 知里			マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45 杉山			定員制28名	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30		

● =担当変更、内容変更、時間変更があるクラス

マシジム・プール利用時間は 22:20 まで 施設閉館時間 22:30 (24時間会員 & ナイトモーニング会員は夜間利用可能)

マシジム・プール利用時間は 19:50まで 施設閉館時間 20:00 (24時間会員 & ナイトモーニング会員は夜間利用可能)

- スタジオレッスンについて
 - ・全クラス【WEB予約制】となっております。スタジオ予約システムに事前登録が必要で、(映像レッスンは除く)
 - ・WEB予約可能枠数以下の通りです。(1枠消化で新たに予約可)
 - ・ゴールド会員、プラチナ会員の方は12枠、レギュラー会員、U-29会員、U-35会員、U-39会員、パパママ会員、パーソナルフルタイム会員、レギュラー24h会員、U-29 24h会員、U-35 24h会員、U-39 24h会員、パパママ24h会員の方は8枠、その他会員種別は6枠が予約可能となります。
 - ・21日先の同時刻に終了するレッスンまで公開いたします。
 - ・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前です。
 - ・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前から入場可能です。
 - ・急な休講・変更がある場合がございます。
- Fitness Theaterについて
 - ・スクリーンに映像を流しおこなうレッスンです。
 - ・WEB予約は不要です。先着順となりますので、レッスン開始前までにスタジオにお越しください。

